

## *Роль психологического здоровья учителя в гуманизации образования*

В последнее время многими авторами отмечается потребность педагога в социально-психологическом сопровождении его профессиональной деятельности. Учителями школ давно осознана необходимость работы психолога в образовательном учреждении. Изучая вопрос о психологическом сопровождении деятельности педагога, считаем необходимым отметить, что профессиональная деятельность педагога становится сегодня качественно другой, потому как школе требуется не столько учитель-предметник, сколько педагог-профессионал, который, по мнению В.И.Слободчикова, во-первых, является субъектом педагогической деятельности, а не носителем совокупности научных знаний и способов их передачи; во-вторых, ориентирован на развитие человеческих способностей, а не только на трансляцию знаний, умений, навыков; и, в-третьих, умеет практически работать с образовательными процессами, строить развивающие образовательные ситуации, а не просто ставить и решать дидактические задачи.

По мнению Лукьяновой М.И. «содержанием психологического сопровождения становится совместная деятельность психолога и педагогов, в ходе которой возникает и оформляется решение той или иной проблемы в аспекте реализации личностно ориентированного подхода». Это решение является результатом общей работы, которая имеет значение, как для учителя, так и для психолога. Психологическое сопровождение предполагает процесс интеллектуального, эмоционального, энергетического обмена, в котором происходит формирование готовности учителя к реализации личностно ориентированного подхода.

Основной целью и предназначением современной психологической службы в системе образования является гуманизация целостного педагогического процесса при соблюдении принципа педагогической экологии. Это означает ориентацию целей и результатов всего педагогического процесса на ребенка как высшую ценность, изменение мировоззрения его участников на основе идей гуманизации; развитие гуманитарной культуры субъектов педагогической деятельности; восстановление на этой основе культуuroбразующей функции воспитателя; создание условий для природосообразного развития ребенка, сохранения и укрепления его здоровья; очеловечение отношений на основе личностно ориентированной модели взаимодействия, создающей предпосылки для развития личностей учащихся и педагогов как субъектов самосознания, деятельности и общения, проявления их творческой активности.

Гуманистическая ориентация субъектов педагогической деятельности предполагает помимо развития собственных личностных ресурсов участников педагогического процесса, овладение навыками последовательного и непрерывного сохранения и восстановления собственного психологического

здоровья на всех уровнях профессионального становления, что позволит обеспечить эффективность самой педагогической деятельности.

Таким образом, реализацию программы сохранения и восстановления психологического здоровья учителя можно рассматривать в контексте гуманизации образования и педагогической деятельности и, соответственно, считать одним из компонентов процесса формирования готовности учителя к осуществлению личностно ориентированного подхода.

Неоспоримым является и тот факт, что реализация личностно ориентированного подхода возможна лишь тем учителем, который понимает необходимость сохранения и укрепления своего психологического здоровья как ценности, как фактора и условия своего профессионально-личностного развития и долголетия.

По мнению Н.Д.Линде, чтобы быть психологически здоровым, человек должен стать субъектом собственной жизнедеятельности, что проявляется в шести качествах, представляющих полную систему: 1) активность, выражающаяся в инициативе, принятии решений в выборе из ряда альтернатив, самореализации - самостоятельных деяний своих решений и намерений, воплощенных в реальность; 2) опора на собственный внутренний мир, а не на внешние стимулы; 3) способность к изменениям; 4) способность к саморазвитию; 5) способность строить личностную перспективу и исходить из представлений о своем будущем; 6) многомерность жизнедеятельности.

Соответственно, необходимо уточнить, что является критерием психологического здоровья. Разные авторы акцентируют следующие его аспекты: хорошо развитая рефлексия, стрессоустойчивость, умение находить собственные ресурсы в трудной ситуации (И.В.Дубровина), полнота эмоциональных и поведенческих проявлений личности (В.С.Хомик), опора на собственную внутреннюю сущность (А.Е.Созонов, Ф.Перлз), самопринятие и умение справляться со своими эмоциональными трудностями без ущерба для окружающих, «самообъективность» как четкое представление о своих сильных и слабых сторонах, наличие системы ценностей, содержащих главную цель и придающей смысл всему, что делает человек (Г.Олпорт). Важным критерием психологического здоровья является характер и динамика основных процессов, определяющих душевную жизнь индивида (Л.М.Аболин), в частности, изменение ее свойств и особенностей на разных возрастных этапах (К.А.Абульханова, Б.С.Братусь, С.Л.Рубинштейн, Э.Эриксон).

Сохраненное и/или восстановленное психологическое здоровье у учителя определяет его возможность и готовность поддерживать и развивать таковые же характеристики в своих учениках, что в целом базируется на признании и принятии личности как ценности. По утверждению Лукьяновой М.И., ценность себя как личности соотносится с уровнем профессионального самосознания учителя (самоотношение, самоуважение, самопринятие, аутосимпатия, адекватность самооценки), с уровнем готовности учителя к реализации личностно ориентированного подхода и, как мы считаем, с уровнем адекватности в отношении к своему здоровью.

Одним из наших исследований было изучение представления учителей о критериях здоровья, выявления исходного уровня и особенностей существующего отношения к здоровью педагогов. Мы изучали особенности психологического, социального и физического здоровья педагогов с различным педагогическим стажем.

В результате проведенного исследования, мы пришли к следующим выводам:

1. Отношение к здоровью адекватно проявляется у учителей со стажем от 8 до 15 лет, частично у учителей со стажем до 7 лет и более 25 лет, недостаточно – у учителей со стажем от 16 до 24 лет.

2. Субъективные представления учителей относительно критериев здоровья и их приоритетов меняются с возрастом и стажем. Критерии психологического здоровья оказываются на первом месте у учителей со стажем работы до 7 лет (средний возраст 28 л.) и со стажем от 16 до 24 лет (средний возраст 42 г.). Критерии физического здоровья приоритетным оказались у учителей со стажем работы от 8 до 15 (средний возраст 35 л.) и более 25 лет (средний возраст 52 г.).

3. Существует необходимость психологического сопровождения учителей со стажем работы до 7 лет и от 16 до 24 лет, как самых уязвимых с точки зрения сохранения и восстановления их психологического здоровья.

4. Забота о своем здоровье – психологическом, социальном, физическом должно рассматриваться как профессионально-важное качество педагога, обеспечивающего эффективность образовательного процесса (понимаемого как не только высокое качество обучения, но и соотношение его с теми усилиями, которые педагог затратил для достижения результата).

Полученные данные могут служить в качестве основы для анализа закономерностей развития отношения к своему здоровью у учителей, что позволит концентрировать образовательные ресурсы и создавать коррекционные методические пособия по профилактике, оздоровлению, формированию здорового образа жизни учительства как профессиональной группы, призванной воспитывать здоровым подрастающее поколение.